

Néhány írás-részlet hallgatók munkáiból 1.



Czeglédi Anna

Egyem? Ne egyem?

Egyem? Ne egyem? Super Size Me

A *Super Size Me* egy olyan dokumentumfilm, amely a Mcdonald's-os ételt helyezi rivaldafénybe. Morgan Sperlek, egy hétköznapi fiatalember, aki teljesen egészséges, sportos alkatú, párkapcsolatban élő, boldog férfi. Sperlek-et gondolkodóba ejtette a környezetében élő elhízott emberek sokasága. Éppen akkor két kamaszlány pert indított a gyorséttermek ellen, mondván, hogy elhízásukért ők a felelősek. Morgan Sperlek úgy gondolta, hogy kideríti, tényleg ennyire károsak-e a gyorséttermi ételek.

Belevágott, természetesen szigorú orvosi megfigyelés mellett, sőt még dietetikus is nyomon követte a Mcdonald's-os étrendjét. Felmérték az egészségi állapotát, megmérték a súlyát, vért vettek tőle, s mivel minden érték tökéletes volt, így Morgan engedélyt kapott arra, hogy egy hónapig csak 'Mekis' ételeken éljen. Reggelire, ebédre, sőt vacsorára is az volt a menü. A dokumentumfilmen végigkövethetjük Morgan kísérletének egész hónapját, láthatjuk, hogy min megy keresztül, mikor jön el az a *holtpont*, ami után

megdöbbentő változásokat tapasztalhatunk, az amúgy életerős, vidám férfin.

Nincs megjátszás, nincs finomítás, csak a kökemény, sivár tények. Szembesülünk az igazsággal, azzal, hogy a mai ember lusta főzni, ezért inkább gyorséttermekbe jár, ahol megveszi, és megeszi a hizlaló, egészségtelen ételeket, és persze viszi a gyereket is, akit szintén ezzel etet.

Szembesülünk azzal a ténnyel is, hogy a kóros elhízás ma már a második legelterjedtebb betegség. A legtöbb ember keveset mozog, nem sportol, vagy nem sportol eleget, így egyre többen halnak meg cukorbetegségben.

A *Super Size Me*, egy meggyőző erejű ismeretterjesztő film, Morgan ugyanis – és éppen ezért meggyőző erejű a film –, mindenre hoz példát. Elmegy iskolákba, elmegy nagyvállalatokhoz, még egy műtétet is végignézhünk. Teljes körű felvilágosítást kapunk az ételekről, összetevőikről, kalóriatartalmukról. A film hatása szinte sokkoló.

Mindenkinek ajánlom, hogy nézze meg ezt a filmet, mert amellet, hogy szórakoztató, és sok információt közvetít, meghökkentő, és gondolkodtató is egyben. Akinek van kedve és kíváncsi arra, hogy Morgan-nek 90 kilóról mennyire emelkedett meg a súlya, túlélte-e a

kapcsolata ezt a megpróbáltatást, és hogy hány kiló zsírt evett meg, ne habozzon, menjen fel a YouTube-ra és máris nézheti ezt az izgalmas dokumentumfilmet.

Néhány írás-részlet hallgatók munkáiból 2.



Draxler Orsolya



A KÉZILABDÁZÁS bűvöletében

Amióta az eszemet tudom, mindig sportoltam valamiféle. A szüleim már négyéves koromban arra ösztönöztek, hogy próbáljak ki többféle szabadidős tevékenységet, és amelyik majd megtetszik, azt csináljam, gyakoroljam is. A klasszikus balettől, a jazz balettől a társastáncra át a néptáncig mindent kipróbáltam, még jégre is álltam a testvéreimmel, hogy elsajátítsuk a jégtánc alapjait, viszont ezt az oktatást nem csak mi nem bírtuk, hanem a szüleink pénztárcája sem. Horrorisztikus összegekbe kerültek az órák, a kűrűhák, hogy a legfontosabbról, a korcsolyáról ne is beszéljek ugyebár.

Miután bekerültem az általános iskolába, a társastáncot folytattam, persze előtte azért még éltem a majorette kipróbálásának lehetőségével is. Nagyon tetszett ez az utóbbi is, jó, hogy ilyenfajta mozgástevékenységre is volt alkalmam. Még mást is kipróbáltam: azért, hogy a 'fiús' sportokban is otthon legyek, elkezdtem karatézni. Hatéves koromtól egészen tizennégy éves koromig rendszeresen jártam órákra, miközben a társastáncot is komolyan űztem mellette.

Ezek után, a testnevelő tanárom unszolására, beálltam a kézilabdacsapatba. Nem volt azonnali a lelkesedésem, de hamarosan 'beleszerettem' ebbe a sportágba, a